



МЕНЮ

6 февраля 2023 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	55,2	32,6	35,2	671
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	7,3	7,8	21,6	187
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	24,2	118
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				69,8	44,9	110,2	1139
Обед							
2011	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	8,8	4,1	101
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,4	4	8,1	79
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	15,4	13,9	30,9	310
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,3	77
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
2011	43	ФРУКТЫ	111	0,4	0,3	11,1	51
Итого				23,7	28	101,7	768
Всего				93,5	72,9	211,9	1907

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

7 февраля 2023 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	8,7	11,7	27,7	253
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	70	2,5	7,6	16,3	144
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,8	8,3	21,4	193
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2011	43	ФРУКТЫ	111	1	0,2	8,7	46
Итого				22,6	28,2	88,6	707
Обед							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,8	8	3,9	93
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	4,9	2,6	29,1	158
2011	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	11,7	9,7	19,4	213
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200			18,5	74
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
Итого				21,9	20,9	97,3	665
Всего				44,5	49,1	185,9	1372

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Мачулис О.В.



МЕНЮ

8 февраля 2023 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	4,7	5,4	24,3	166
2008	233	РЫБА ЖАРЕНАЯ	90	22,2	13,5	13,2	262
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	37	3,2	0,6	17,9	87
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				34,7	28,8	105,9	829
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	8	2	86
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7,1	2,6	11	96
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,4	3	26,6	151
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	16,8	10,2	6,8	205
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
2011	43	ФРУКТЫ	111	0,4	0,4	10,6	51
Итого				35	25	97,9	778
Всего				69,7	53,8	203,8	1607

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

9 февраля 2023 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7		1,4	8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	18	24,4	23,9	388
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,2		10,2	42
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	37	3,2	0,6	17,9	87
2011	43	ФРУКТЫ	111	1	0,2	8,7	46
Итого				23,1	25,2	62,1	571
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,1	10,9	2,7	114
2008	232	СОЛЯНКА СБОРНАЯ МЯСНАЯ	200	5,8	6	9,4	116
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,9	23	150
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	13,4	12,2	7,6	192
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,1	41
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
Итого				29,4	34,8	84	763
Всего				52,5	60	146,1	1334

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Федорова Р.Р.

Повар с м/о  Мачулис О.В.,



МЕНЮ

10 февраля 2023 г.

7-10 лет НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		ФАСОЛЬ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	12,2	1,2	27,4	173
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,7	4,2	11,1	98
2008	283	ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	90/30	12,8	14,3	14,4	237
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,1	41
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	163
Итого				34,5	23,9	106,7	783
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,9	9	5	106
2009	131	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,1	4,1	14,7	109
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,4	4,5	35,5	196
2011	239	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ	90	10,8	2,2	10,6	104
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	12,4	52
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	52	4,5	0,8	25,1	122
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,9	0,2	11,9	56
2011	43	ФРУКТЫ	111	0,4	0,3	11,1	51
Итого				24,2	21,2	126,3	796
Всего				58,7	45,1	233	1579

Бухгалтер _____

Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра _____

Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____

Мачулис О.В.